



# 19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

## Detalizēti rezultāti

**Janke, Steffen**

Klubs: LAC Langenhagen  
Numurs: 185

Posms: 10.50 km  
10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Grupa:  
Männer 50 bis 59 Jahre

Kopējais laiks: 46:34

Ātrums: 12.88 km/h  
Skrējiena izpildījums: 4:26 min/km

Vieta distancē/Kopā: 36 (no 389)

Vieta distancē/Vīrieši: 33 (no 301)

Distances labākais laiks: 32:58

Vieta grupā: 8(no 86)

Grupas labākais laiks: 42:31

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

| Kontrollpunkts | Posma rezultāts |             |              |                     |                     |                       |                       | Kopējais rezultāts |            |             |                     |                     |                       |                       |
|----------------|-----------------|-------------|--------------|---------------------|---------------------|-----------------------|-----------------------|--------------------|------------|-------------|---------------------|---------------------|-----------------------|-----------------------|
|                | Posma km        | Posma Laiks | Posma min/km | Vietāztrūkums grupā | Vietāztrūkums grupā | Vietāztrūkums Vīrieši | Vietāztrūkums Vīrieši | Kopā km            | Kopā Laiks | Kopā min/km | Vietāztrūkums grupā | Vietāztrūkums grupā | Vietāztrūkums Vīrieši | Vietāztrūkums Vīrieši |
| Rundenzeit     | 2.10            | 10:17       | 4:53         | 21                  | 2:14                | 74                    | 3:55                  | 2.10               | 10:17      | 4:53        | 21                  | 2:14                | 74                    | 3:55                  |
| Rundenzeit     | 2.10            | 8:53        | 4:13         | 6                   | 0:29                | 28                    | 7:15                  | 4.20               | 19:10      | 4:33        | 14                  | 2:43                | 55                    | 6:16                  |
| Rundenzeit     | 2.10            | 9:09        | 4:21         | 5                   | 0:32                | 28                    | 2:29                  | 6.30               | 28:19      | 4:29        | 12                  | 3:14                | 47                    | 8:45                  |
| Rundenzeit     | 2.10            | 9:08        | 4:20         | 4                   | 0:21                | 21                    | 2:28                  | 8.40               | 37:27      | 4:27        | 10                  | 3:34                | 38                    | 11:13                 |
| finišs         | 2.10            | 9:07        | 4:20         | 6                   | 0:46                | 26                    | 2:23                  | 10.50              | 46:34      | 4:26        | 8                   | 4:03                | 33                    | 13:36                 |